

## QUALIDADE DE VIDA DOS RECRUTAS EM PERÍODO DE QUARENTENA

JULIANA BRAGA LOURES<sup>1</sup>

PATRICK WOLFF<sup>2</sup>

CATI RECKELBERG AZAMBUJA<sup>3</sup>

### RESUMO

Tendo em vista que os recrutas da Base Aérea de Santa Maria são expostos a níveis de estresse físico e mental, é importante estudar a qualidade de vida destes indivíduos em tempo de semi-internato uma vez que este está intimamente relacionada à sua participação, integração com superiores, com colegas e com o próprio ambiente de trabalho. Destaca-se ainda que as consequências no desempenho ocupacional relacionadas às exigências do trabalho, problemas físicos, mentais e ocupacionais do regime militar podem interferir ainda nos relacionamentos com colegas e familiares que comprometem sua qualidade de vida e consequentemente sua saúde.

### INTRODUÇÃO

A qualidade de vida pode ser definida como a somatória de fatores decorrentes da interação entre sociedade e ambiente, atingindo a vida no que se concerne às suas necessidades biológicas e psíquicas. A qualidade de vida envolve, portanto níveis orgânicos, psicológicos, sociais, comportamentais, materiais e estruturais (FORATTINI, 1991).

---

<sup>1</sup>Acadêmico do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: [julianacabecaogrande@hotmail.com](mailto:julianacabecaogrande@hotmail.com)

<sup>2</sup>Integrante do Grupo de Estudos e Trabalho em Fisiologia do Exercício e Saúde da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: [patrickpww@hotmail.com](mailto:patrickpww@hotmail.com)

<sup>3</sup>Acadêmico/Professor do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: [cati.razambuja@hotmail.com](mailto:cati.razambuja@hotmail.com)

O Serviço Militar obrigatório recruta jovem, do sexo masculino, ao completarem 18 (dezoito) anos para incorporarem as Forças Armadas, a fim de proteger e salvaguardar a Pátria Brasileira. No período de caserna, eles são expostos às atividades que simulam uma possível guerra, onde passam por acampamentos, realizam treinamento de tiro prático e atividades de salvamentos. A rotina dos recrutas, em especial da Força Aérea Brasileira, são exaustivas tanto físicas como psicologicamente. Nesse período os recrutas realizam provas teóricas sobre regulamentos militares e são instruídos com base em preceitos éticos e morais.

## **METODOLOGIA**

O estudo foi realizado no primeiro semestre de 2015, com 20 recrutas da Base Aérea de Santa Maria, com idade entre 18 e 19 anos e que encontravam-se em período de quarentena, período em que os recém-incorporados as Forças Armadas. Para avaliar a qualidade de vida foi utilizado o questionário SF-36 (*Short-Form Health Survey*). Este instrumento de qualidade de vida multidimensional foi desenvolvido em 1992 por Ware e Sherbourne e validado no Brasil por Ciconelli et al. (2006), que consiste em um questionário formado por 36 itens, englobados em 8 escalas ou domínios, que são: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral da saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais e saúde mental. Apresenta um escore final de 0 (zero) á 100 (obtido por meio de cálculo do *Raw Scale*), onde o *zero* corresponde ao pior estado geral de saúde e o 100 corresponde ao melhor estado de saúde. A tradução para o português do SF-36 e sua adequação às condições socioeconômicas e culturais de nossa população, bem como a demonstração de sua reprodutibilidade e validade, tornam este instrumento um parâmetro adicional útil que pode ser utilizado na avaliação de diversas patologias.

O questionário foi entregue aos recrutas da Base Aérea de Santa Maria, onde os mesmos receberam orientações verbais sobre o procedimento e posterior preenchimento do questionário. As dúvidas eram disseminadas conforme foram surgindo sem prejuízo na individualidade do questionário. Os recrutas foram postos em uma sala, sentados, com o questionário e uma caneta. Todos os apreciados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes de qualquer contato com o questionário usado como instrumento de avaliação. Não foi estabelecido tempo limite para a avaliação e foi garantido o anonimato dos mesmos. Após, foi realizada análise com estatística descritiva composta por médio desvio padrão e valores mínimos e máximos para cada categoria.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta a pontuação obtida pelos recrutas da Base Aérea de Santa Maria no Questionário SF-36.

**Tabela 1:** Pontuação obtida pelos recrutas da Base Aérea de Santa Maria no Questionário SF-36, estratificada por domínios da Qualidade de Vida.

Domínio SF-36 (n= 20)	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
Capacidade Funcional	98,41	2,77	90	100
Limitação por Aspectos Físicos	80,68	19,85	25	100
Dor	62,73	19,05	22	100
Estado Geral de Saúde	72,91	20,90	0	100
Vitalidade	58,64	6,60	45	70
Aspectos Sociais	76,70	23,02	12,5	100
Limitação por Aspectos Emocionais	87,88	18,92	33,3	100
Saúde mental	81,64	11,29	52	100

Legenda: A pontuação “0” representa o pior resultado e a pontuação “100” representa o melhor resultado possível.

Devido à natureza da rotina de trabalho dos recrutas da Base Aérea de Santa Maria, esses profissionais estão sob forte pressão, acarretando estados de doenças, insatisfação, desmotivação, e uma diminuição da sua qualidade de vida.

A rotina destes recrutas está repleta de momentos de estresse extremo, interferindo diretamente na saúde, nas respostas as exigências laborais e no relacionamento com colegas e familiares. Além do sofrimento psicológico, a exposição de rotinas pesadas, doenças físicas, da presença de depressão e de altos níveis de estresse, também podem prejudicar a qualidade de vida.

Por isso fatores como; limitações por aspectos físicos, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais e limitações por aspectos emocionais apresentaram resultados tão baixos.

Estudos realizados com o Corpo de Bombeiros na região sul, sudeste e centro-oeste verificou também que considerando a produção científica sobre bombeiros militares, pode-se concluir que os aspectos que apresentam maior relação com os descritores secundários são aqueles relacionados ao estresse, à importância da atividade física, qualidade de vida relacionada ao trabalho, sendo que estes aspectos, por sua vez, acabam afetando diretamente e indiretamente a qualidade de vida desta população.

## CONCLUSÕES

Considerando a revisão de literatura sobre os recrutas da Base Aérea de Santa Maria, pode-se concluir que os fatores que mostram menor qualidade de vida entre os recrutas são aqueles relacionados ao estresse, existe uma associação entre níveis elevados de estresse emocional e baixa qualidade de vida.

Também se pode observar que os níveis de Dor e Vitalidade encontram-se baixos visto que eles são dispostos a altos níveis de atividades físicas os quais não são acostumados na sua vida diária antes da caserna. Mas não houve impacto significativo nos resultados já que os níveis encontram-se acima do mínimo considerado.

## REFERÊNCIAS

DA SILVA, Franciele Cascaes; HERNANDEZ, Salma Stéphaney Soleman; GONÇALVES, Elizandra; CASTRO, Thiago Luis da Silva, ARANCIBIA, Beatriz Angelica Valdivia, DA SILVA, Rudney. Qualidade de vida de policiais: uma revisão sistemática de estudos observacionais. **Revista Cubana de Medicina Militar**. v. 43, n. 3, p. 341-351, 2014.

MENEZES, Victor Rosa. Revisão sistemática da produção científica relacionada a qualidade de vida e atividade física de bombeiros militares. Corpo de Bombeiros Militares de Santa Catarina. [s/d]. Disponível em: [http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:1XQzR5Vm8\\_QJ:https://biblioteca.cbm.sc.gov.br/biblioteca/index.php/component/docman/doc\\_download/125-victor-rosa-menezes+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:1XQzR5Vm8_QJ:https://biblioteca.cbm.sc.gov.br/biblioteca/index.php/component/docman/doc_download/125-victor-rosa-menezes+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br). Acesso em: 10out2015.

SOUZA, José Carlos; DE CARVALHO, Anderson Borges. Pesquisas sobre qualidade de vida, desenvolvidas no mestrado em psicologia da Universidade Católica Dom Bosco. **Psicólogo informação**, ano 14, n. 14 jan./dez. 2010.